

La desnutrición y la cirugía

¿Qué es la desnutrición?

La desnutrición es cuando una persona no recibe suficientes nutrientes en su dieta. Los nutrientes son las vitaminas, los minerales, las grasas y las proteínas que el cuerpo necesita para funcionar correctamente. La desnutrición puede ser causada por no recibir suficiente cantidad de lo que se come, o cuando el cuerpo no puede utilizar los alimentos que se ingieren.

¿Qué necesito saber acerca de la desnutrición y la cirugía?

El índice de masa corporal (IMC) es una herramienta de cribado que utiliza su altura y su peso para ver si corre el riesgo de tener problemas de salud. (Los pacientes con un IMC inferior a 18.5 (bajo peso) pueden estar desnutridos. Los estudios sugieren que los pacientes desnutridos que se someten a una intervención quirúrgica suelen tener problemas después de la misma, como por ejemplo

- Un mayor riesgo de complicaciones y muerte
- Regresos más frecuentes al hospital
- Aumento de la duración de la estancia en el hospital

Recomendaciones para la cirugía

Su médico de cabecera comprobará su IMC antes de programar una consulta de cirugía. Si su IMC es inferior a 18.5, es posible que tenga que someterse a una prueba de laboratorio llamado examen de albúmina en suero. Esta prueba se realiza para comprobar aún más su salud nutricional. También es posible que tenga que empezar a tomar ciertos suplementos nutricionales antes de que se pueda programar la cirugía.

Medidas estándar del IMC

Bajo peso	El IMC es inferior a 18.5
Peso normal	El IMC es de 18.5 a 24.9
Sobrepeso	El IMC es de 25 a 29.9
Obesa	El IMC es de 30 a 34.9
Alta obesidad	El IMC es de 35 a 39.9
Obesidad mórbida	El IMC es de 40 o más

¿Dónde puedo obtener más información?

• Servicios de asesoramiento nutricional virtual de Intermountain Live Well:

- LiVe Well Center - Park City
(435) 333-3535
- LiVe Well Center - Salt Lake City
(385) 282-2700
- LiVe Well Center - Saint George
(435) 251-3793
- LiVe Well Center - Utah Valley
(801) 357-4141

• ChooseMyPlate, [choosemyplate.gov](https://www.choosemyplate.gov):

Aprende a comer más sano siguiendo las sencillas pautas de “elige mi plato” creadas por el USDA.